



Bild: dabjola/Shutterstock.com
Bild: oksana2010/Shutterstock.com
Bild: Luis Echeverri Urrea/Shutterstock.com
Bild: Leobrave/Shutterstock.com
Bild: Nataly Studio/Shutterstock.com

©Copyright 2022 – Alle Inhalte, insbesondere Texte, Fotografien und Grafiken sind urheberrechtlich geschützt. Alle Rechte, einschließlich der Vervielfältigung, Veröffentlichung, Bearbeitung und Übersetzung, bleiben vorbehalten, SAGRUSAN® GmbH

Anwendungsempfehlung:

Je nach Bedarf (2-5x täglich) 30 Tropfen mit einem „Stamperl“ Wasser (ca. 2-4 cl) verdünnen und mit der Lösung gurgeln und den Mund spülen.



Gurgeltinktur

Blutwurz, Kamille, Nelke, Salbei, Süßholzwurzel

Busteln, Fisteln, Halsschmerzen und Co. – alle diese und noch mehr Beschwerden können uns im Alltag ganz schön stören. Die meisten Entzündungen im Mund- und Rachenraum werden durch Bakterien und Viren ausgelöst. Durch das regelmäßige Gurgeln mit einer Tinktur, die aus Kräutern besteht, die allesamt entzündungshemmend und antibakteriell wirken, kann man die auslösenden Keime vor Ort bekämpfen und somit die Schmerzen lindern:

Blutwurz (Potentilla erecta)

Die Blutwurz ist eine Pflanze der Rosengewächse und ist schon lange bei diversen Beschwerden im Einsatz. Sie ist in fast ganz Europa beheimatet: So kann man sie im kühlen Norden, als auch in den warmen südlichen Ländern Europas finden. Heute wird sie am ehesten als pflanzliches Hilfsmittel genutzt, denn schon seit der Antike ist man sich den positiven Eigenschaften der Pflanze bewusst. Sie wurde zur Linderung von Fieber, zur Behandlung der Pest und z.B. bei Problemen mit dem Harndrang eingesetzt. Heute ist sie ein bewährtes Hilfsmittel bei Beschwerden im Mund- und Rachenraum. Grund für ihre positiven Eigenschaften sind die Gerbstoffe, die in großer Menge in ihr enthalten sind. Weiters enthalten sind ätherische Öle, Saponine und Harze. Durch die Kombination aller Inhaltsstoffe soll die Blutwurz antibakteriell, astringierend, immunstimulierend und schmerzlindernd wirken.

Kamille (Matricaria chamomilla)

Die Kamille gehört zur Familie der Korbblütler und stammt ursprünglich aus Süd- und Osteuropa. Heute kann man sie in ganz Europa, Nord- und Westasien, Australien, Neuseeland und Teilen Amerikas finden. Sie enthält unter anderem ätherische Öle, Cumarine, Flavonoide, Flavone und Polysaccharide. Die Kamille ist eines der vielseitigsten Kräuter und kann bei vielen Leiden Abhilfe schaffen. Die Pflanze soll unter anderem die Wundheilung beschleunigen, das Wachstum von Bakterien und Pilzen reduzieren und das Immunsystem stärken. Durch die hemmende Wirkung auf Bakterien ist sie besonders geeignet bei bakteriellen Infektionen des Mund- und Rachenraumes.

Nelke (Caryophylli salisique)

Die Nelke ist den meisten als Gewürz in der Küche bekannt. Denn Naschereien wie Lebkuchen und Co. haben ihren Geschmack unter anderem der Nelke zu verdanken. Doch sie ist mehr als nur ein Gewürz:

Sie enthält wertvolle ätherische Öle, die einen positiven Effekt auf unsere Gesundheit haben. So wird die Nelke in der Alternativmedizin, aber auch in der Schulmedizin verwendet. Der Gewürznelkenbaum stammt ursprünglich von den Molukken, doch schon lange ist die Pflanze auch in Europa bekannt. Das ätherische Öl *Eugenol* ist zu einem großen Anteil vorhanden und soll betäubend wirken. Außerdem enthalten sind *Beta-Caryophyll* (Entzündungshemmer) und viele Antioxidantien. Durch das schmerzstillende Eugenol wird es oft bei Zahnschmerzen empfohlen oder bei Schmerzen im Hals und Rachen. Auch bei Schleimhautentzündungen in diesen Regionen ist die Nelke gut geeignet. Ihre Einnahme soll zudem auch den Atem erfrischen.

Salbei (*Salvia officinalis*)

Als Mitglied der Lippenblütler ist der Salbei auch als „Garten- oder Küchensalbei“ bekannt. Er stammt aus dem Mittelmeerraum, ist aber mittlerweile in ganz Europa zu finden. Die Blätter des Salbei enthalten eine beträchtliche Menge an ätherischen Ölen. Weitere Bestandteile sind Gerbstoffe (z.B. Rosmarinsäure), Bitterstoffe, Flavonoide und Triterpene. Hauptanwendungsgebiet des Salbei sind Erkältungssymptome. Er verfügt über entzündungshemmende und antimikrobielle Eigenschaften und ist daher auch geeignet zur Linderung von Entzündungen der Mund- und Rachenschleimhaut. Auch gegen Mundgeruch soll der Salbei eine tolle Hilfe sein.

Süßholzwurzel (*Glycyrrhiza glabra*)

Das Süßholz ist ein Mitglied der Familie der Schmetterlingsblütler, die im Grunde genommen eine Unterfamilie der Hülsenfrüchtler ist. Herkünftig ist sie aus dem westasiatischen Raum und wird zudem auch im europäischen Mittelmeerraum angebaut. Die Pflanze besitzt über 400 Inhaltsstoffe. Zu diesen zählen Saponine, Flavonoide und eine Vielzahl an Triterpensaponinen. Hauptbestandteil ist aber das *Glycyrrhizin*, ein Stoff der 50mal süßer als Rohrzucker sein soll und die Pflanze so süßlich schmeckend lässt. Das Glycyrrhizin wird im Verdauungstrakt zu Glycyrrhetinsäure, welche entzündungshemmend und immunsystemstärkend wirken soll. Außerdem verfügt das Süßholz über schleim- und krampflösende Eigenschaften, soll antioxidativ und antibiotisch wirken, sowie den Blutdruck erhöhen. Es wird vor allem gerne bei Erkältungssymptomen eingesetzt.